

**КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МО ПЛАВСКИЙ РАЙОН  
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
муниципального образования Плавский район  
«Дом детского творчества»**

Рассмотрена  
на заседании педагогического совета  
протокол № 1 от 01.09.2020  
Секретарь: \_\_\_\_\_ Н.Н. Данилова

Утверждаю  
Приказ по МБУ ДО МО Плавский  
район «ДТ» от 01.09.2020 № 46  
Директор: \_\_\_\_\_ Л.А. Илюхина

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**к дополнительной общеобразовательной**  
**(общеразвивающей) программе**  
**«Я – ТУРИСТ!»**  
*туристско-краеведческой направленности*  
**учебной группы второго года обучения**  
**на 2020 - 2021 учебный год**

**Возраст обучающихся: 8 – 15 лет**

**Педагог дополнительного образования:**

**ДЕРГИЛЁВА ЕЛЕНА ДМИТРИЕВНА**

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **I.1. Основные характеристики программы**

**I.1.1. Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Я – турист!»** (далее - программа) относится к **туристско-краеведческой направленности** и предполагает развитие познавательных, исследовательских навыков обучающихся по изучению природы, истории, культуры родного края, привлечение обучающихся к социальным инициативам по поисковым работам малоизвестных фактов истории родного края; направлена на экскурсионную, музейную, архивную и экспедиционную работу. В программе определяется своеобразная «стратегия» образовательного процесса не весь период обучения; отражаются основные приоритетные содержательные и методические подходы к образовательной деятельности и её результативности.

**I.1.2. Актуальность программы** обусловлена тем, что основная цель современного образования – развитие физически, нравственно здоровой личности, её гражданского потенциала, что успешно реализуется через приобщение школьников к туристской деятельности. Туристские походы, путешествия и экскурсии – важное средство физического воспитания детей, привития обучающимся навыков самообслуживания; приучение к систематическому труду над собой, к здоровому образу жизни, воспитание инициативы и ответственности; привитие практических жизненных навыков способствует воспитанию гражданских качеств обучающихся.

### **I.1.3. Отличительные особенности программы**

Программа составлена с учётом программ: «Юные туристы» и «Пешеходный туризм» (авторы: М.И. Крайман, В.М. Куликов; Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение»: Москва, «Просвещение», 1976 г.), специальной литературы и собственного педагогического опыта. Уровень программы – базовый.

**Основной целью** программы является привитие любви к туризму, развитие практических туристских навыков, оздоровление и закаливание обучающихся.

**Образовательные области** программы: физическая культура, краеведение, история, география, социология, психология, экология, валеология, окружающий мир.

Содержание занятий на каждом году обучения подобрано с учётом и соблюдением следующих принципов:

- от простого к сложному
- от общего к частному, от частного к общему
- принцип связи с общеобразовательными предметами
- принцип развивающего обучения
- принцип межпредметных и метапредметных связей.

Туризм как прикладное направление имеет многовековую историю, корни которой уходят в эпоху расселения и миграции древних народов. В настоящее время туризм превратился в интересную, увлекательную, здоровьесформирующую и познавательную форму человеческой деятельности.

#### **1.1.4. Педагогическая целесообразность программы**

Год создания программы – 2015. Программа ежегодно корректируется и утверждается приказом по учреждению.

Основания для разработки и обновления программы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Конвенция о правах ребёнка
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 9 ноября 2018 г. N 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
4. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (от 04.07.2014 г.)
5. Концепция развития дополнительного образования детей на период до 2020 года включительно (распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р)
6. Устав МБУ ДО МО Плавский район «ДДТ».

Пребывание на свежем воздухе, солнце, вода, соблюдение чёткого режима и спортивная тренировка, изучение туристской техники развивают обучающихся. Программа способствует развитию физических возможностей обучающихся, самостоятельности, инициативы, прикладных навыков и умений, наблюдательности, ответственности одного обучающегося и коллектива в целом.

**На втором году обучения** обучающиеся учатся составлять план проведения похода, разрабатывать его маршрут, фиксировать наблюдения, ориентироваться на незнакомой местности при помощи карты, компаса и по особенностям окружающей местности; приобретают навыки оказания первой доврачебной помощи, туристские навыки: быстрая установка палатки, разведение костра, приготовление пищи в походных условиях, ремонт и изготовление простейшего туристского снаряжения. **Ожидаемыми результатами** следует считать приобретение навыков коллективной работы, сознательной дисциплины; знание требований к подготовке и проведению туристских мероприятий, обязанностей участников похода; умение с минимальной помощью оборудовать бивуак, самостоятельно пользоваться туристским инвентарём, оказать первую доврачебную помощь.

Рекомендуемый перечень работ и занятий является примерным и может изменяться и дополняться в зависимости от индивидуальных

способностей детей, погодных условий, от требований районных и областных соревнований. Темы учебного курса могут быть сокращены или расширены, возможна корректировка программы.

#### **I.1.5. Цель программы:**

вовлечение школьников в систематические занятия туризмом с целью воспитания гражданских качеств: развитие инициативы, воспитание чувства коллективизма, потребность в здоровьесформировании; развитие специальной физической и технической подготовки, готовности обучающихся к участию в туристских соревнованиях.

#### **I.1.6. Задачи программы:**

- обучать обучающихся туристской технике, ориентированию на незнакомой местности при помощи карты и компаса
- развивать умения наблюдать за погодой
- прививать навыки оказания первой доврачебной помощи
- обучать составлению и чтению топографических карт, разработке маршрутов походов
- развивать у обучающихся самостоятельность и инициативу, прививать трудовые навыки и навыки взаимопомощи, воспитывать чувство ответственности за принятое решение и навыки коллективизма
- готовить обучающихся к участию в походе по родному краю
- способствовать развитию у обучающихся туристской техники, навыков контроля и самоконтроля, объективной самооценки.
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

#### **I.1.7. Возраст обучающихся, которым адресована программа**

Программа реализуется с учётом учебно-воспитательных условий и возрастных особенностей обучающихся. Содержание программы соответствует и рекомендовано обучающимся **8 – 15 лет**. У обучающихся этого возраста происходит формирование культурной и социальной идентичности, расширение диапазона общения, формирование мировоззрения, построение системы ценностей; готовность к личностному и профессиональному самоопределению, формирование жизненных планов, построение системы ценностей и этических принципов как ориентиров собственного поведения; готовность и способность включаться в исследовательские проекты, предполагающие реальный результат, а также преодоление реальных трудностей. Основными формами деятельности являются общение, познание и учение, творчество, усвоение позитивных установок к труду, пробы профессиональной деятельности, - что и предлагает программа.

Набор обучающихся в группу осуществляется по принципу добровольности, обуславливается интересом к туризму и краеведению, способностями, желанием улучшить или закрепить приобретённые навыки. Учебные группы формируются в зависимости от возраста обучающихся на общности межличностных отношений и интереса к предмету до начала занятий по программе. Количество обучающихся в группах – до 15 человек.

#### **I.1.8. Формы занятий:** аудиторная, внеаудиторная.

Аудиторная форма представляет собой проведение занятий в закреплённом за объединением помещении. Внеаудиторная форма используется при проведении экскурсий, походов, практических занятий на воздухе, согласно учебному плану.

В процессе освоения программы возможны занятия по группам и подгруппам.

## **I.2. Объём программы**

**I.2.1. Объём программы – 288 часов.** Количество часов во втором году обучения – **144 часа.** Запланированное количество учебных часов необходимо для достижения цели и ожидаемых результатов при освоении программы.

**I.2.2. Срок реализации программы –** для освоения программы необходимы **2 года обучения**, что составляет 74 недели, 18 месяцев. Срок освоения рабочей программы второго года обучения – 37 недель, 9 учебных месяцев. Запланированный срок реален для достижения цели и ожидаемых результатов при освоении программы.

**I.2.3. Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю) во втором году обучения. Данное количество и периодичность занятий по годам обучения необходимы для реализации системной образовательной деятельности. Длительность академического часа составляет 40 минут. Перерыв в занятии между часами - 10 минут.

## **I.3. Планируемые результаты**

### • **I.3.1. Планируемые результаты второго года обучения**

Обучающиеся к концу второго года обучения овладеют следующими компетенциями:

#### ***Обучающиеся будут знать:***

- меры предосторожности и техники безопасности при преодолении естественных препятствий
- обязанности участников похода
- географическое положение, природные особенности, администрированное деление, исторические и памятные места, музеи Тульской области
- правила подготовки и проведения различных туристских мероприятий.

#### ***Обучающиеся будут уметь:***

- оказывать первую доврачебную помощь при различных травмах
- самостоятельно пользоваться туристским инвентарём
- преодолевать различные естественные препятствия
- с минимальной помощью оборудовать бивак
- пользоваться различным инвентарем (пилой, молотком, лопатой)
- подготовиться к походу.

#### ***Обучающиеся приобретут навыки:***

- \* работы в команде
- самоуправления
- коллективной работы
- взаимопомощи
- сознательной дисциплины.

**1.3.3. Личностные и метапредметные результаты. Универсальные учебные действия. Обучающиеся освоят программу второго года обучения, закрепят метапредметные результаты.**

Развитие метапредметных знаний и умений обучающихся в результате освоения программы способствует приобретению обучающимися **универсальных учебных действий:**

<b>Учебно-управленческие умения</b>	
<b>Регулятивные УУД</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Определять наиболее четкую последовательность действий по выполнению учебной задачи</li> <li>- Ставить общие и частные задачи образовательной деятельности</li> <li>- Владеть различными видами самоконтроля</li> <li>- Самостоятельно оценивать учебную деятельность посредством сопоставления с деятельностью других обучающихся, со своей деятельностью в прошлом, с существующими нормами</li> <li>- Вносить необходимые коррективы в содержание, объем учебной задачи, последовательность и время ее выполнения</li> </ul>
<b>Познавательные УУД</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умение работать по заданному алгоритму</li> <li>- Умение работать с иллюстрациями</li> <li>- Умения классифицировать, анализировать, сравнивать, обобщать, выделять, исключать лишнее и др.</li> <li>- Определять объект анализа и синтеза</li> <li>- Определять причинно-следственные отношения компонентов объекта. Определять существенные признаки объекта</li> <li>- Выполнять сравнение по аналогии, т.е. из сходства объектов в некоторых признаках делать предположение об их сходстве в других признаках</li> <li>- Различать объём и содержание понятий, т.е. определяемые объекты и совокупность их существенных признаков.</li> </ul>
<b>Коммуникативные</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Учитывать позиции собеседника или партнёра по</li> </ul>

УУД	<p>деятельности; действия, направленные на сотрудничество</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Совершать действия, направленные на коммуникативно-речевые действия, служащие средством передачи информации другим людям и становления рефлексии</li> <li>- Уметь слушать и слышать, вступать в диалог, планировать учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками — определять цели, функции участников, способы взаимодействия</li> <li>- Управлять поведением партнера — контроль, коррекция, оценка его действий</li> <li>- Работать в группе, паре, в одной команде, отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила поведения</li> <li>- Оформлять свои мысли в устной и письменной форме</li> <li>- Владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка</li> </ul>
Личностные УУД	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проявлять готовность и способность к выполнению норм и требований вводного инструктажа, прав и обязанностей учащегося.</li> <li>- Устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям</li> <li>- Проявлять уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия</li> <li>- Проявлять адекватную позитивную самооценку</li> <li>- Проявлять уважение к другим народам России</li> <li>- Проявлять готовность к самообразованию и самовоспитанию</li> <li>- Способность к участию в самоуправлении в пределах возрастных компетенций (дежурство в учебном кабинете, участие в мероприятиях)</li> <li>- Знать государственную символику (герб, флаг, гимн), знание государственных праздников</li> <li>- Знать основные права и обязанности гражданина, ориентироваться в правовом пространстве</li> <li>- Освоение национальных ценностей, традиций, культуры, знаний о народах и этнических группах России</li> <li>- Готовность и способность к выполнению</li> </ul>

	<p>моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности; готовность к выбору профильного образования</p> <p>- Уметь вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты.</p>
--	---

В комплексе всё перечисленное способствует использованию метапредметных знаний, умений для более глубокого понимания и восприятия содержания учебного курса, развитию самостоятельности, а, следовательно, саморазвитию и самосовершенствованию обучающихся.

### **I.3.4. Способы и формы проверки результатов**

Результативность программы будет проверяться через внутришкольные соревнования, через участие в районных соревнованиях и в летних районных туристских соревнованиях, промежуточную и итоговую индивидуальную аттестацию обучающихся, а также через активность обучающихся на занятиях, зачёты и другие формы.

## **II. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **II.1. Методическое обеспечение программы**

Реализация программы предусматривает:

- создание внутри коллектива группы помощников–консультантов из числа наиболее умелых обучающихся
- привлечение к работе классных руководителей, заместителя директора по воспитательной работе, медработника, работников библиотеки и районного музея
- подготовку дидактического материала.

Использование в работе следующих форм и методов обучения:

#### **МЕТОДЫ:**

- репродуктивный
- стимулирования и мотивации
- создания ситуации успеха
- развивающего обучения
- проблемного обучения
- контроля и самоконтроля
- поощрения и наказания.

#### **ФОРМЫ:**

- экскурсии
- конкурсы
- соревнования



- развивающие игры
- походы
- районные соревнования.

**Используемые технологии:**

- здоровьесберегающие
- личностно-ориентированные
- развивающие
- информационно-компьютерные
- диагностические
- игровые
- проектные
- исследовательские
- коммуникативные
- воспитательные и другие технологии.

**II.2. Учебный методический комплекс**

Теоретические занятия проходят на базе МБОУ МО Плавский район «Камынинская ООШ», в спортивном зале размером 18 x 9 метров.

В наличии имеется туристское снаряжение:

- палатки
- спальные мешки и туристские коврики
- туристские веревки и обвязки
- компас
- оборудование, необходимое для создания лесного лагеря.

**III.3. ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ (промежуточная, итоговая индивидуальная аттестация) обучающихся:**

**пешая экскурсия, пеший поход и другие формы.**

**Требования к обучающимся при совершении пешей экскурсии:**

- знание темы, цели пешей экскурсии
- строгая дисциплина участников экскурсии
- умение работать в команде: отвечать за себя и за команду
- соблюдение правил дорожного движения
- оказание взаимопомощи
- выполнение просьб и требований педагога
- умение вести фенологические наблюдения и записать их
- умение составить отчёт об экскурсии
- умение составить топографическую карту пути пешей экскурсии
- активно участвовать в анализе проведения пешей экскурсии, умение объективно оценить личное участие, личное отношение к экскурсии
- умение провести подвижную игру с участниками пешей экскурсии
- умение подвести итог экскурсии.

**Требования к обучающимся при совершении пешего похода:**

Сюда относятся все требования к проведению пешей экскурсии и нижеследующие:

- соблюдение основ безопасности жизнедеятельности в походных условиях
- своевременное и грамотное оказание первой медицинской помощи
- умение правильно уложить рюкзак
- наличие правильного набора продуктов
- умение поставить палатку, обустроить бивуак
- проявление толерантности ко всем участникам похода, к руководителю в том числе
- умение разжечь костёр в полевых условиях, соблюдая все правила разведения костра, умение обращаться с компасом
- уровень участия участника похода в выполнении поручений руководителя похода
- умение взять интервью, оформить его в письменном виде; оформить дневник похода
- позитивный отклик участника на просьбы и требования руководителя
- неконфликтность участника, умение держать себя в дисциплинарных рамках
- выносливость, эмоциональная устойчивость участника похода
- умение принять решение, взять ответственность на себя
- оказание помощи руководителю по окончании пешего похода в приведении снаряжения в порядок.

#### **Порядок проведения промежуточной индивидуальной аттестации обучающихся**

Промежуточная индивидуальная аттестация обучающихся проводится в январе второго года обучения.

#### **Порядок проведения итоговой индивидуальной аттестации обучающихся**

Итоговая индивидуальная аттестация обучающихся проводится в мае, по окончании второго года обучения.

К итоговой индивидуальной аттестации допускаются все обучающиеся, окончившие обучение по дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе и успешно прошедшие промежуточную индивидуальную аттестацию на всех этапах обучения.

Не менее чем за неделю до проведения промежуточной и итоговой индивидуальной аттестации директор МБУ ДО МО Плавский район «ДДТ» издаёт приказ о её проведении и указывает сроки проведения.

#### **IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

**Используемая литература**

1. Бардин К.В. «Азбука туризма». – М.: «Просвещение», 1973.
2. Крайман М.И. программа объединения «Юные туристы». – М.: «Просвещение», 1976.
3. Куликов В.М. программа объединения «Пешеходный туризм». – М.: «Просвещение», 1976.
4. Основы топографии и картографии. – М.: «Просвещение», 1972.

**Список литературы для обучающихся:**

1. Распопов И.М. «Вам, туристы! Как проводить наблюдения за природой в туристском походе». Лениздат, 1963.

**V. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК второго года обучения**

**Место проведения занятий:** МБОУ МО Плавский район «ЦО № 2», учебный класс, спортивный зал, спортивная площадка, окрестности

**Время проведения занятий:**

№ п/п	Дата проведения	РАЗДЕЛЫ, ТЕМЫ	Форма проведения занятия	Формы контроля	Кол-во часов
1		Вводное занятие. Вводный инструктаж. Правила техники безопасности, охраны труда на занятиях туризмом.	теоретическое	педагогическое наблюдение за выполнением условий вводного инструктажа	2
2		Обеспечение безопасности – требование к походу. Значение дисциплины. Медленный, равномерный бег с чередованием с ходьбой 1500 метров.	теоретическое	педагогическое наблюдение	2
3		Страховка и самостраховка. Спуск и подъём по склону спортивным способом. Медленный, равномерный бег с чередованием с ходьбой 1000 метров.	теоретическое	педагогическое наблюдение	2
4		Меры предосторожности и ТБ при преодолении	теоретическое	педагогическое наблюдение за	2

		естественных препятствий. Спуск и подъём по склону с альпенштоком. Медленный бег, чередование с ходьбой 1000 метров.		выполнением ТБ на практике	
5		Движение по кочкам. Преодоление завала и условного болота. Медленный, равномерный бег с чередованием с ходьбой 1000 метров.	практическое	соревнование	2
6		Переправа по бревну со страховкой и без неё. Медленный, равномерный бег с чередованием с ходьбой 1500 метров.	практическое	педагогическое наблюдение	2
7		Переправа вброд с перилами, стенкой, с шестом. Игра «Пионербол».	теоретическое	педагогическое наблюдение	2
8		Траверс склона спортивным способом. Игра «Мини – баскетбол».	практическое	педагогическое наблюдение	2
9		Переправа по параллельным верёвкам с само страховкой. Игра «Встреча через стенку».	практическое	педагогическое наблюдение	2
10		Значение физической подготовки. Физическая и маршевая подготовка. Кросс по пересечённой местности с чередованием с ходьбой 2000 метров.	комбинированное	соревнование	2
11		Движение в походе: строй, темп. Кросс по пересечённой местности с чередованием с ходьбой 3000 метров.	теоретическое	педагогическое наблюдение	2
12		Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Кросс по пересечённой местности с	комбинированное	педагогическое наблюдение	2

		чередованием с ходьбой 3500 метров.			
13		Наведение гати. Преодоление условного болота. Игры: «Прыжки по кочкам», «Пионербол».	практическое	соревнование	2
14		Траверс склона с альпенштоком. Бег 30 метров с максимальной скоростью. Игра «Удочка».	комбинированное	педагогическое наблюдение за выносливостью обучающихся	2
15		Комплекс утренней зарядки. Упражнения для развития силы. Игра «Пионербол».	практическое	педагогическое наблюдение	2
16		Упражнения для развития гибкости. Челночный бег 10х5 метров. Игра «Охотники и утки».	практическое	педагогическое наблюдение	2
17		Игра «Перепрыгни ров». Упражнения для развития мышц живота. Игра «Пионербол».	практическое	педагогическое наблюдение	2
18		Комплекс утренней зарядки. Упражнения для развития скорости реакции. Челночный бег 9+9+15+15 метров. Игра «Набери 31 очко».	практическое	соревнование	2
19		Упражнения для развития силы. Лазание и перелазание. Игра «Охотники и утки».	практическое	педагогическое наблюдение	2
20		Упражнения для развития гибкости. Лазание и перелазание. Игра «Пионербол».	практическое	соревнование	2
21		Упражнения для развития мышц живота. Преодоление полосы препятствий индивидуально и группой. Игра «Попади в цель».	практическое	педагогическое наблюдение за умением работать в команде	2
22		Правила пользования топографической картой.	теоретическое	тест	2

		Условные знаки на картах. Игры: «Попади в мишень», «Удочка», «Кто быстрее?».			
23		Глазомерный набросок плана местности. Определение азимута. Игры: «Салки с мячом», «Охотники и утки».	комбинированное	анализ планов местности	2
24		Закрепление правил пользования топографической картой	тест	тест	2
25		Правила ориентирования без компаса и выхода к населённым пунктам. Игры: «Удочка», «Попади в цель».	комбинированное	устный опрос	2
26		Действия при отставании от группы. Правила поведения при потере ориентировки. Игры: «Перепрыгни ров», «Набери 31 очко».	теоретическое	педагогическое наблюдение	2
27		Автономное существование в природных условиях. Правила выживания. Челночный бег 10х5 метров.	теоретическое	педагогическое наблюдение	2
28		Оборудование временного укрытия. Виды зимних укрытий. Игра «Пионербол».	теоретическое	педагогическое наблюдение	2
29		Обогрев временного укрытия. Типы костров. Разведение костра. Упражнения для развития силы и мышц живота.	теоретическое	устный опрос	2
30		Обеспечение водой и преодоление жажды. Питание в походе. Лазание и перелазание. Игры: «Салки с мячом», «Охотники и утки».	теоретическое	педагогическое наблюдение за навыками ловкости	2

31		Рыбная ловля и охота. Приготовление пищи при существовании в природных условиях. Игры: «Удочка», «Попади в цель».	теоретическое	педагогическое наблюдение	2
32		Лекарственные и съедобные растения. Ядовитые растения. Игры: «Попади в мишень», «Кто быстрее?».	теоретическое	устный опрос	2
33		Съедобные и ядовитые грибы. Рецепты походных блюд. Расчёт необходимых продуктов. Лазание и перелазание. Игры: «Салки с мячом», «Охотники и утки».	теоретическое	конкурс	2
34		Сигналы бедствия. Медицинская помощь при укусах животных и насекомых. Игры: «Удочка», «Попади в цель».	теоретическое	педагогическое наблюдение	2
35		Чтение топографических знаков на карте. Составление топографического диктанта. Игра «Пионербол».	практическое	зачёт	2
36		Определение расстояний по карте. Определение расстояния до недоступного объекта. Игры: «Попади в мишень», «Кто быстрее?».	практическое	педагогическое наблюдение	2
37		Правила передвижения по заснеженной местности. Игра с элементами ориентирования на местности.	теоретическое	конкурс на знание правил	2
38		Упражнения для развития мышц живота, силы. Челночный бег 10х5 метров. Игра	практическое	педагогическое наблюдение	2

		«Пионербол».			
39		Прыжки. Лазание и перелазание. Преодоление полосы препятствий индивидуально. Эстафеты.	практическое	педагогическое наблюдение за развитием навыков ловкости	2
40		Лазание и перелазание. Игры: «Салки с мячом», «Охотники и утки». Упражнения для развития гибкости и силы.	практическое	педагогическое наблюдение за развитием навыков ловкости	2
41		Подтягивание из вися, вис на согнутых руках. Лазание и перелазание. Игра «Пионербол».	практическое	педагогическое наблюдение	2
42		Сдача нормативов по физической подготовке: бег 60 метров или челночный бег 3X10 (10X5) метров, подтягивание из вися (мальчики); поднимание туловища (девочки).	практическое	зачёт	2
43		Игры в пути и на привале: «Передай эстафету», «Пятнашки», «Волейбол в кругу», «Мини-футбол», «Найди клад», «Кто наблюдательней», «Найди флажок».	игра	педагогическое наблюдение	2
44		Первая медицинская помощь при порезах, ссадинах, ушибах, потёртостях. Эстафеты с преодолением препятствий.	теоретическое	зачёт	2
45		Оказание первой помощи при травмах и переломах костей. Игры: «Удочка», «Попади в цель».	теоретическое	зачёт	2
46		Первая помощь утопающему. Основные способы искусственного дыхания. Игры: «Салки с мячом», «Охотники и	теоретическое	зачёт	2



		утки».			
47		Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, ожогах, обморожениях. Игры: «Попади в мишень», «Кто быстрее?».	теоретическое	зачёт	2
48		Способы транспортировки пострадавшего. Устройство самодельных носилок. Игра «Пионербол».	теоретическое	зачёт	2
49		Туристские узлы и их применение. Вязка узлов. Эстафеты с преодолением препятствий.	комбинированное	педагогическое наблюдение	2
50		Правила обустройства туристического лагеря. Вязка туристских узлов. Соревнования по вязке узлов.	комбинированное	педагогическое наблюдение	2
51		ТБ при движении на маршруте, на привале, при работе с бытовым и шанцевым инструментом и оборудованием .Челночный бег 9+9+15+15 метров. Игра «Набери 31 очко».	теоретическое	устный опрос	2
52		Географическое положение Тульской области. Административное деление. Природные особенности. Эстафеты с преодолением препятствий.	заочное путешествие	педагогическое наблюдение	2
53		Исторические и памятные места Тульской области. Преодоление полосы препятствий с максимальной скоростью индивидуально и группой.	заочное путешествие	педагогическое наблюдение	2
54		Проверка и ремонт туристического	комбинированное	педагогическое наблюдение за	2

		снаряжения. Распределение обязанностей участников похода. Правила поведения и безопасности в походе. Игра «Пионербол».		отношением к работе	
55		Проверка и ремонт оборудования для обустройства бивака и другого хозяйственного инструмента. Игра «Набери 31 очко».	практическое	педагогическое наблюдение	2
56		Проверка и ремонт туристических палаток.	практическое	педагогическое наблюдение	2
57		Игры: «Попади в мишень», «Кто быстрее?».	игра	педагогическое наблюдение	
58		Правила охраны природы и противопожарные меры в походе. Подготовка к выходу в поход. Игры: «Салки с мячом», «Охотники и утки».	теоретическое	устный опрос	2
59		Игры в пути и на привале: «Передай эстафету», «Пятнашки», «Волейбол в кругу», «Мини-футбол», «Найди клад», «Кто наблюдательней», «Найди флажок».	игра	педагогическое наблюдение	2
60		Исторические и памятные места Тульской области.	Заочное путешествие	викторина	2
61		Игровые эстафеты с преодолением препятствий.	игра	педагогическое наблюдение	2
62		Повторение правил ориентирования без компаса и выхода к населённым пунктам. Игры: «Удочка», «Попади в цель».	теоретическое	зачёт	2
63		Зачёт по определению расстояний по карте. Определение расстояния	комбинированное	зачёт	2

		до недоступного объекта. Игры: «Попади в мишень», «Кто быстрее?».			
64		Повторение правил обустройства туристического лагеря. Вязка туристских узлов. Соревнования по вязке узлов.	теоретическое	зачёт	2
65		Повторение оказания медицинской помощи при порезах, ссадинах, ушибах, потёртостях. Эстафеты с преодолением препятствий.	теоретическое	зачёт	2
66-67		Пеший поход в район леса Хохлы	поход	педагогическое наблюдение	4
68		Экскурсия в музей МБОУ «Плавская СОШ №1»	экскурсия	педагогический диалог	2
69		Чистка и сушка снаряжения и инвентаря.	практическое	педагогическое наблюдение за отношением к работе	2
70		Чистка и сушка снаряжения и инвентаря.	практическое	педагогическое наблюдение за отношением к работе	2
71		Ремонт и подготовка к хранению снаряжения и инвентаря.	практическое	педагогическое наблюдение	2
72		Итоговое занятие	викторина	викторина	2
		<b>Итого:</b>			<b>144</b>

**Примечание:** сроки прохождения учебного материала и похода могут изменяться в небольших пределах в зависимости от погодных условий, наличия необходимого инвентаря и других условий для лучшего проведения занятий.